

श्रीगणेशायै नमः

आशा सरस्वती

1937

1

ASHA ARCHIVES

295
40qatatvo
panisat.

यो०३ ओं श्री गणेशाय नमः॥ हरिः ॐ॥ योगतत्त्वं प्रवक्ष्यामि योगि
॥१॥ नाहितकाम्ययाः॥ तत्तु त्वाच पठित्वा च सर्वपापैर्विसुच्य
ते॥१॥ विष्णुर्नाममहायै। गीमहासायामहातपाः॥ तत्त्वमा
र्गे यथादीप्नो दृश्यते पुरुषोत्तमः॥२॥ यः स्तनं पूर्वपीत्वापि
निष्पीडे च पयोधरां॥ यस्मिन्नाते भगे पूर्वतस्मिन्नेव भ ॥१॥

गेरमेत्॥३॥ यामासासपुनर्भार्याया भार्या जननी यसाः॥
यः पिता स पुनः पुत्रो यः पुत्रः स पुनः पिता॥४॥ एवं संसारचक्रः
केराकूपचक्रघटाश्वाः॥ भ्रमंती न्यानि लोकानि सत्त्वा लोका
न्यमश्नुते॥५॥ त्रियो लोकास्त्रियो वेदास्त्रिया संध्यास्त्रिया सु
राः॥६॥ त्रिया रागमक्षरि प्राप्ते यो धीते प्यर्धमक्षरे॥ तेन सर्वं॥

यो.उ
॥२॥

मिदं प्राप्नोति लब्धं तत्परमं पदम् ॥७॥ हृदि स्थाने स्थितं पद्मं तस्य
पद्ममधो मुखम् ॥ ऊर्ध्वनालमधो विन्दुतस्य मध्ये स्थितं मन
ः ॥८॥ अकारे भूचने पद्मं उकारे रौवविद्यते ॥ मकारे लभते
नादं अर्द्धमात्रा तु निश्चला ॥९॥ अर्द्धस्फटिकसंकाशा किंचि ॥२॥
सूर्यमरीचिवत् ॥ लभते योगयुक्तात्मा पुरुषोत्तमतस्य

रः ॥१०॥ कूर्मवत्यादपादाभ्यां शिरस्यात्मनि धारयेत् ॥ एवं सर्वे
षु द्वारेषु वायु पूरित पूरिता ॥ इति श्रीमध्वरविदे योगतत्त्वो
पनिषत्संपूर्णम् ॥ अमम् ॥ ॥ ॥ ॥

यो.उ.

३३

३३

आशा सरकाथि

1937

I

ASHA ARCHIVES